



## SAS PAPL FORMATION

SIRET : 809.202.179.000.28  
NAF : 8559A  
Enregistré sous le n° de formateur : 82.69.137.39.69  
« cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

📍 84, rue Chevreul - 69007 LYON  
☎ 04.37.43.16.21  
@ formation@paplformation-kine.fr

### PROGRAMME DE FORMATION

#### PRISE EN CHARGE KINESITHERAPIQUE DES DOULEURS AIGUES DU GOLFEUR

**Intervenant :** Cédric ROBERT – masseur kinésithérapeute DE spécialisé dans le sport, CEC de Kinésithérapie du sport, chargé de cours en formation initiale et continue

**Prérequis pour participer :** masseur-kinésithérapeute DE ou équivalence

#### **Contexte et problématique :**

La pratique du golf concerne environ 450.000 personnes en France. La moyenne d'âge des pratiquants est de 54 ans (source Fédération française de golf).

Les taux d'incidence des pathologies liées à la pratique du golf selon les populations se situent entre 15 et 40 % chaque année, touchant principalement le rachis, bassin, genou et épaule.

L'âge, les pathologies, les douleurs compromettent la mobilité et la cinématique du swing influant ainsi sur les blessures, leur risque et sur la performance.

#### **Résumé :**

Le golf est souvent perçu comme un sport de faible intensité, mais la réalité biomécanique est tout autre : un swing professionnel génère des forces de compression et de rotation sur le rachis comparables à celles subies par un joueur de football américain à des vitesses dépassant les centaines de degrés par seconde. Avec plus de 400 000 licenciés en France, le kinésithérapeute occupe une place centrale dans la gestion des technopathies aiguës liées à ce sport.

Cette formation de deux jours propose une immersion complète dans l'univers du golf et la gestion des douleurs aiguës chez l'adulte. Elle vous permettra de décrypter la séquence cinématique du swing pour comprendre pourquoi, comment les blessures et les douleurs surviennent, qu'il s'agisse de l'amateur en manque de mobilité ou du professionnel en surcharge d'entraînement.

### Objectifs pédagogiques :

- Approfondir sa connaissance du golfeur adulte et de ses blessures aigues les plus fréquentes
- Approfondir sa connaissance du golf à travers l'étude de la cinématique du swing et l'analyse précise des défauts techniques du geste
- Maîtriser la démarche diagnostique et découvrir les liens entre les déficits et les principaux défauts de la cinématique du swing
- Identifier les drapeaux rouges des différents segments mis en action au cours du swing du golfeur (ou de sa pratique) ainsi que les limites de sa prise en charge en cas de réorientation vers un médecin, un spécialiste ou encore d'examen spécifiques complémentaires pour continuer le traitement
- Évaluer les douleurs aiguës, leurs causes et conséquences
- Savoir prendre en charge les mécanismes douloureux aigus et prévenir leur récurrence
- Évaluer ses pratiques par rapport à des situations réelles et concrètes issues de la vie professionnelle et clinique quotidienne

**Programme détaillé :** 2 jours (14h) – 9h / 17h30

#### JOUR 1 – 7h

<b>Horaires</b>	<b>9h-10h</b>
<b>Sujets traités</b>	Tour de table État des connaissances avant la formation
<b>Objectifs</b>	Présenter la formation et les formateurs Faire un état des connaissances du groupe avant la formation Recueillir les attentes des stagiaires
<b>Horaires</b>	<b>10h-12h</b>
<b>Sujets traités</b>	Contexte épidémiologique La place du kinésithérapeute dans le golf et la prise en charge des douleurs aiguës du golfeur adulte Bilan du golfeur
<b>Objectifs</b>	Identifier les régions les plus touchées et l'incidence sur la population Définir le rôle du kinésithérapeute Être à même d'identifier les tests cliniques principaux Reconnaître les drapeaux rouges et jaunes Conduire l'interrogatoire et sélectionner les informations les plus pertinentes Évaluer la douleur et les symptômes

#### Pause déjeuner – 1h30

<b>Horaires</b>	<b>13h30-15h</b>
<b>Sujets traités</b>	Bilan du golfeur (suite)
<b>Objectifs</b>	Être à même d'identifier les tests cliniques principaux Reconnaître les drapeaux rouges et jaunes Conduire l'interrogatoire et sélectionner les informations les plus pertinentes Évaluer la douleur et les symptômes
<b>Horaires</b>	<b>15h-17h30</b>
<b>Sujets traités</b>	Les défauts du swing Auto-correction et prise en charge

<b>Objectifs</b>	Identifier les principaux défauts de la cinématique du swing Mesurer et observer en vidéo Identifier les meilleurs éléments de la prise en charge en accord avec les données scientifiques Construire l'alliance thérapeutique Construire un programme d'auto-rééducation Autonomiser le patient
------------------	---

## JOUR 2 – 7h

<b>Horaires</b>	<b>9h-16h (incluant la pause déjeuner de 1h30)</b>
<b>Sujets traités</b>	Auto-correction et prise en charge (suite)
<b>Objectifs</b>	Identifier les meilleurs éléments de la prise en charge en accord avec les données scientifiques Construire l'alliance thérapeutique Autonomiser le patient
<b>Horaires</b>	<b>16-17h</b>
<b>Sujets traités</b>	Douleurs aiguës du golfeur : travail autour de cas cliniques
<b>Objectifs</b>	Pratiquer son raisonnement clinique du bilan au traitement Adopter une posture réflexive
<b>Horaires</b>	<b>17h-17h30</b>
<b>Sujets traités</b>	Tour de table sur évaluation des acquis Proposition d'une démarche thérapeutique basée sur des preuves Quels changements dans votre pratique ? Synthèse de l'enseignant sur le sujet, sur la formation Questions et réponses,
<b>Objectifs</b>	Piste d'amélioration pour le futur Résumé de la formation et vérification des nouvelles acquisitions

**Financement :** programme susceptible d'être pris en charge DPC (réf. 11552626006) ou FIF PL.

**Modalités d'évaluation :** évaluation des connaissances par QCM pré et post stage.

**Livret d'accueil & règlement intérieur PAPL :**

[https://www.paplformation-kine.fr/wp-content/uploads/2025/07/Livret\\_accueil-PAPL\\_Formation.pdf](https://www.paplformation-kine.fr/wp-content/uploads/2025/07/Livret_accueil-PAPL_Formation.pdf)

**Contact :** 04 37 43 84 55 – formation@paplformation-kine.fr